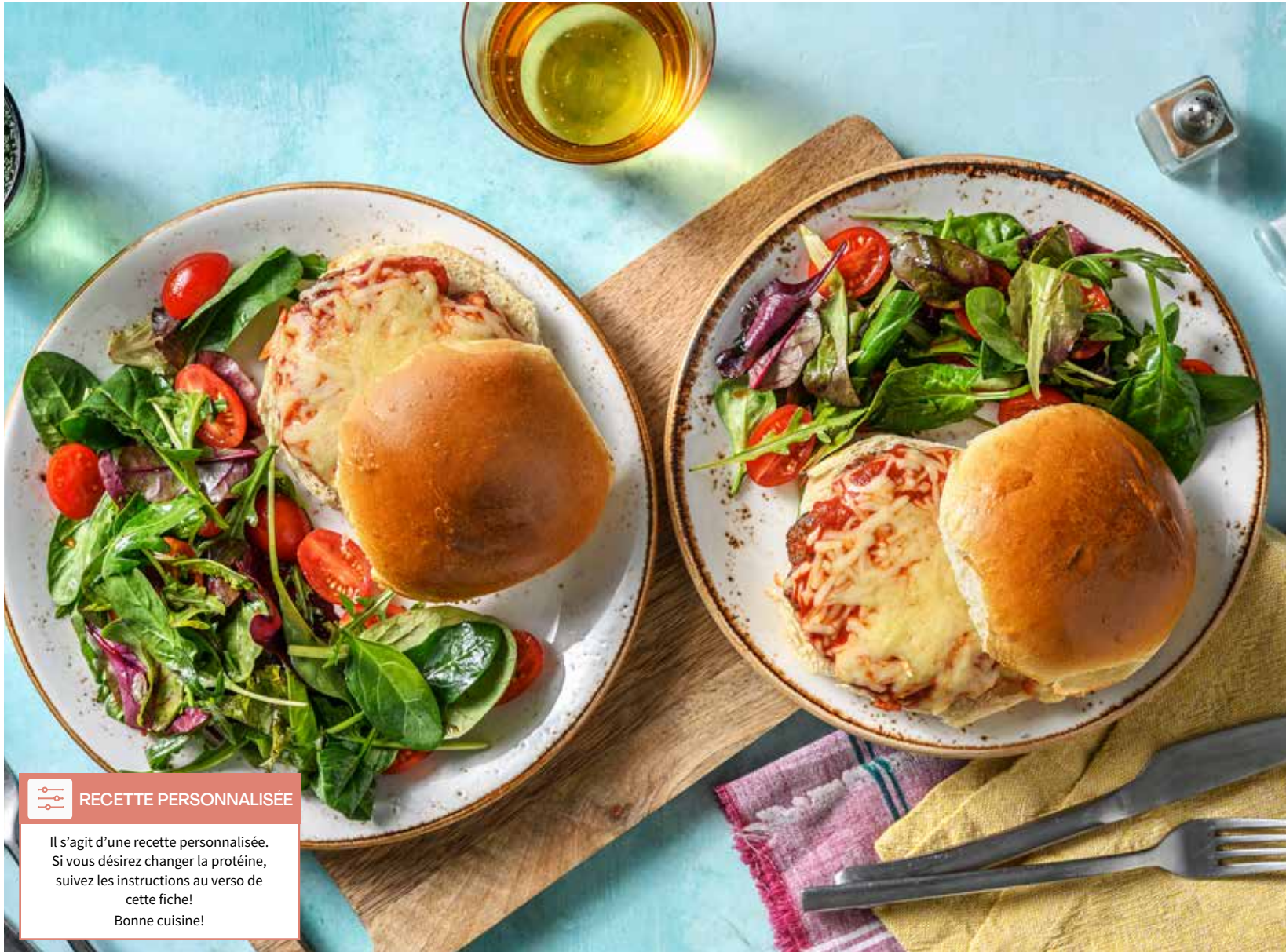


Burgers à l'agneau façon italienne

avec salade printanière à la tomate

30 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Agneau haché



Dinde hachée



Petit pain artisan



Mozzarella, râpée



Assaisonnement
italien



Sauce marinara



Petites tomates



Vinaigre balsamique



Chapelure italienne



Ail



Mélange printanier

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Recouvrir une plaque à cuisson de papier parchemin avant de commencer. Cela accélérera votre préparation!

Matériel requis

2 plaques à cuisson, cuillères à mesurer, 2 grands bols, papier parchemin, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Agneau haché	250 g	500 g
 Dinde hachée	250 g	500 g
Petits pains artisans	2	4
Mozzarella, râpée	¾ tasse	1 ½ tasse
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce marinara	½ tasse	1 tasse
Petites tomates	113 g	227 g
Vinaigre balsamique	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Chapelure italienne	¼ tasse	½ tasse
Ail	6 g	12 g
Mélange printanier	56 g	113 g
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous joindre

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002


bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



Préparer les galettes

Peler, puis émincer l'**ail**. Dans un grand bol, mélanger l'**agneau**, l'**ail**, l'**assaisonnement italien**, la **chapelure italienne**, **¼ c. à thé de sel** et **¼ c. à thé de poivre** (doubler les quantités pour 4 personnes). Former à partir du **mélange 2 galettes de 10 cm (4 po) de diamètre** (4 galettes pour 4 personnes). Enfoncer légèrement le pouce dans **chaque galette**. (**REMARQUE** : Ne pas percer les galettes!)

 **RECETTE PERSONNALISÉE**

Si vous avez choisi la **dinde**, la préparer et la faire cuire de la même façon que la recette demande de préparer et de faire cuire l'**agneau**.



Faire griller les pains

Pendant que les **galettes** cuisent, trancher les **pains** en deux, puis les placer sur une autre plaque à cuisson, le côté coupé vers le haut. Faire griller au **centre** du four de 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**REMARQUE** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Faire cuire les galettes

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile**, puis les **galettes**. Faire poêler de 2 à 3 minutes par côté, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. (**CONSEIL** : Ne pas surcharger la poêle; pour 4 personnes, faire cuire les galettes en 2 étapes en utilisant ½ c. à soupe d'huile à chaque étape.) Transférer les **galettes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.



Préparer la salade

Pendant que les **pains** grillent, couper les **tomates** en deux. Dans un autre grand bol, fouetter le **vinaigre**, **½ c. à thé de sucre** et **1 c. à soupe d'huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. Ajouter le **mélange printanier** et les **tomates**. Bien mélanger.



Terminer la cuisson des galettes

Napper les **galettes** de **sauce marinara**, puis parsemer de **mozzarella**. Faire cuire sur la grille du **bas** du four de 6 à 8 minutes, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites et que le **fromage** fonde**.



Terminer et servir

Garnir les **tranches de pain inférieures** de **galettes**. Couronner des **tranches de pain supérieures**. Répartir les **burgers d'agneau** et la **salade** dans les assiettes.

Le repas est prêt!